



**100 страниц  
о самом главном**

Ежемесячный журнал  
№05 (359),  
май, 2023 г.  
Основан 05.01.1993 г.

Издатель и учредитель –  
ООО «Шенкман  
и сыновья»

Генеральный директор  
**Борис Шенкман**

Главный редактор  
**Борис Шенкман**

Обозреватели  
**Татьяна Абрамова**  
**Светлана Чечилова**

Редактор  
**Мария Лебедева**

Верстка  
**Сергея Сухарева**

Фото на обложке  
**Геннадия Михеева**

Адрес для писем:  
Москва 127018  
Сушевский Вал, д.5,  
строение 15

Телефон:  
(495) 788-30-12

Электронная почта:  
[budzdorov2@yandex.ru](mailto:budzdorov2@yandex.ru)

© «Будь здоров!», 2023 г.

**В ЭТОМ НОМЕРЕ**

<b>Андрей Лопатин</b> Майская болезнь .....	3
<b>Вадим Кириллов</b> Гемангиома: опасна или нет? .....	10
<b>Анна Кузьминская</b> Забудьте о мозолях .....	16
<i>Лента новостей</i> .....	22
<b>Татьяна Агушина</b> Глазные заболевания у детей .....	24
<b>Татьяна Агушина</b> Правда и мифы о мастопатии .....	28
<b>Галина Костина</b> Весна: организм подает сигналы SOS .....	32
<b>Татьяна Абрамова</b> Выпадают волосы. Что делать? .....	35
<b>Татьяна Агушина</b> Капсула, несущая здоровье .....	42
<b>Галина Костина</b> Пешком, бегом и вплавь – от депрессии .....	46
<b>Людмила Полонская</b> Вторая жизнь вещей .....	49
<i>Без подробностей</i> .....	56
<b>Татьяна Абрамова</b> Обойдемся без тревоги .....	58
<b>Татьяна Абрамова</b> Замолвим о тополе доброе слово .....	65
<b>Анна Барина</b> Человек-адриалин .....	71
<i>Проверка интеллекта</i> .....	77
<b>Анна Барина</b> Фашизм скрывается в толпе .....	78
<b>Инна Курдакова</b> Вы поедете на бал? .....	85
<b>Виталий Вавулин</b> Стихотворения .....	88
<i>Театральные истории</i> <b>Софья Миллер</b> Лучшие театры провинции .....	89